



**1350**

<b>Понедельник</b>					
наименование	выход, гр	б	ж	у	Ккал
Печенье морковное с шоколадом	100	10	9	35	233
Грудка в медовом соусе с рисом отварным	100/150	20	3	26	299
Икра свекольная, гренки, яйцо	100/10/50	11	7	27	218
Треска с помидорами и овощами отварными	120/100	28	24	36	361
Салат из свежих овощей и филе куриного	150	17	21	11	250
		<b>86</b>	<b>64</b>	<b>135</b>	<b>1361</b>
<b>Вторник</b>					
Брускетта с томатом и сыром, маслинами и оливками	115	13	9	32	287
Биточик куриный с морковью и гречкой отварной	100/150	18	22	37	315
Суп - крем из брокколи с гренками пшеничными	250/10	11	12	36	308
Салат из филе куриного и ананасов	150	17	15	12	215
Рисовая запеканка с творогом и сметаной	100/30	20	9	44	228
		<b>79</b>	<b>67</b>	<b>161</b>	<b>1353</b>
<b>Среда</b>					
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	15	2	36	230
Бифштекс с макаронами	100/150	16	17	35	322
Слойка с ветчиной и сыром	120	9	18	28	398
Салат "Цезарь с курицей"	150	26	13	11	248
Тефтели из филе куриного с кус кусом	100/50/150	34	10	36	175
		<b>100</b>	<b>60</b>	<b>146</b>	<b>1373</b>
<b>Четверг</b>					
Сырники со сметаной и вареньем	100/50/30	14	10	23	225
Филе горбуши под сливочно-шпинатном соусе с рисом и овощами	100/30/150	37	13	18	379
Суп-крем с шампиньонами и хрустящими гренками	250/10	13	15	55	346
Салат овощной	150	3	6	9	150
Нежное филе грудки с паприкой и грибами с булгуром, маслом	100/150/10	24	5	15	252
		<b>91</b>	<b>49</b>	<b>120</b>	<b>1352</b>
<b>Пятница</b>					
Слойка с яблоком	100	5	12	46	273
Митболлы с кашей гречневой	100/150	26	12	38	234
Омлет с шампиньонами, сливочным маслом	150/5	15	26	5	307
Салат "Цезарь" с жареной горбушей	120	26	14	11	198
Филе куриное отварное и рисом с овощами	100/150	30	7	29	377
		<b>102</b>	<b>71</b>	<b>129</b>	<b>1389</b>
<b>Суббота</b>					
Творожная запеканка с курагой, сметаной	100/50	22	13	22	253
Рулет из филе куриного с паприкой и зеленью с макаронами из	100/150/10	23	11	36	259
Ролл с соусом "по-техаски"	150	32	16	27	309
Солянка домашняя с картофелем	250/50	6	17	8	199
Салат "Греческий"	250	8	7	36	375
		<b>91</b>	<b>64</b>	<b>129</b>	<b>1395</b>
<b>Воскресенье</b>					
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	14	2	36	248
Биточик куриный с зеленью и рисом со шпинатом	100/150	24	16	30	315
Омлет с томатами сыром	150	18	26	2	321
Горбуша под овощами с булгуром	120/150	21	18	36	300
Салат "Боул с филе куриным"	150/7	18	8	12	200
		<b>95</b>	<b>70</b>	<b>116</b>	<b>1384</b>